

心的栖止木



[心的栖止木 下载链接1](#)

著者:[日]河合隼雄

出版者:北京联合出版公司

出版时间:2017-10

装帧:平装

isbn:9787559606174

在日语中，“栖止木”是飞鸟暂时歇息的树枝。受过荣格学派心理分析训练的河合隼雄，在出任日本政府的文化厅长官后，积极参与各种社会活动，他的心便像飞鸟一样，“栖止”在他遭遇的各种社会事件上。河合隼雄凭借深厚的文化素养，提出他对每一件事的看法。曾连载于《周刊朝日》的这75则小故事，是河合隼雄从心理分析的角度，提供一种东方式的“行动的智慧”。

人如何能做到“安心立命”？在这本书中，河合隼雄开出了许多“心的处方”：



人在创作之前，为什么会先退步？——因为必须先把僵硬的框架拆除，才可能重新发现和组合成新的结构

● 嫉妒是爱的表现吗？还是爱的不够？

● 夫妻吵架会影响到小孩吗？——家庭内的地震，父母浑然不觉，孩子却感觉已天崩地裂

● 10岁的孩子忽然觉醒，有了“自我”，父母该如何应对？

● 高龄者厌世逐渐增多，我们要如何面对老之将至、面对死亡？

河合隼雄在58岁时，拿起了少年时代曾学过的长笛来联系，开始实践一个“健康游老人”的生活。从那时起，他接触了无数的人，在和他们谈“心”之后，他发现了许多发人深省的心灵哲学。他说人类的“脸”真有意思，没有两个人完全一样的。同一个人的脸也有惊人的表情变化。“心”又何尝不是呢？

[编辑推荐]

● “河合隼雄心灵四书” 《大人的友情》 《共鸣的灵魂》 《心的栖止木》 《心灵晴雨图》 温情上市！

● 日本国宝级心理学家、荣格派精神分析大师河合隼雄沉淀之作。写给大众的自我探索四部曲，化解99%的人认为无解的人生难题。

● 75个小故事，“治愈”你人生难以解开的心结，给你心灵的指引，放慢脚步，找到属于自己的宁静之所。有许多不同常人的观点，但却让人心平气和地感到却有道理。它让我们远离喧嚣，静静地沉淀内心的杂陈，为了更远的旅行。

● 河合隼雄的文字朴实而伟大，简单却发人深省，好看又充满睿智，亲切平易，如话家常，处处可见长者的智慧。

● 影响村上春树创作方向的日本重量级人物，日本天后作家吉本芭娜娜的心灵导师，绘本大师几米的灵感来源。

● 北京师范大学心理学部教授张日昇、独立教师兼图书策划人蔡朝阳专文作序，知乎心理学话题优答者Y Wong诚意推荐。

● 杰尼雅特种纸封面，米白选色，烫金工艺，精致典雅，值得收藏。

● 湛庐文化出品。

作者介绍:

[内容简介]

在日语中，“栖止木”是飞鸟暂时歇息的树枝。受过荣格学派心理分析训练的河合隼雄

，在出任日本政府的文化厅长官后，积极参与各种社会活动，他的心便像飞鸟一样，“栖止”在他遭遇的各种社会事件上。河合隼雄凭借深厚的文化素养，提出他对每一件事的看法。曾连载于《周刊朝日》的这75则小故事，是河合隼雄从心理分析的角度，提供的一种东方式的“行动的智慧”。

人如何能做到“安心立命”？在这本书中，河合隼雄开出了许多“心的处方”：

● 人在创作之前，为什么会先退步？——因为必须先把僵硬的框架拆除，才可能重新发现和组合成新的结构

● 嫉妒是爱的表现吗？还是爱的不够？

● 夫妻吵架会影响到小孩吗？——家庭内的地震，父母浑然不觉，孩子却感觉已天崩地裂

● 10岁的孩子忽然觉醒，有了“自我”，父母该如何应对？

● 高龄者厌世逐渐增多，我们要如何面对老之将至、面对死亡？

河合隼雄在58岁时，拿起了少年时代曾学过的长笛来联系，开始实践一个“健康游老人”的生活。从那时起，他接触了无数的人，在和他们谈“心”之后，他发现了许多发人深省的心灵哲学。他说人类的“脸”真有意思，没有两个人完全一样的。同一个人的脸也有惊人的表情变化。“心”又何尝不是呢？

[编辑推荐]

● “河合隼雄心灵四书” 《大人的友情》 《共鸣的灵魂》 《心的栖止木》 《心灵晴雨图》 温情上市！

● 日本国宝级心理学家、荣格派精神分析大师河合隼雄沉淀之作。写给大众的自我探索四部曲，化解99%的人认为无解的人生难题。

● 75个小故事，“治愈”你人生难以解开的心结，给你心灵的指引，放慢脚步，找到属于自己的宁静之所。有许多不同常人的观点，但却让人心平气和地感到却有道理。它让我们远离喧嚣，静静地沉淀内心的杂陈，为了更远的旅行。

● 河合隼雄的文字朴实而伟大，简单却发人深省，好看又充满睿智，亲切平易，如话家常，处处可见长者的智慧。

● 影响村上春树创作方向的日本重量级人物，日本天后作家吉本芭娜娜的心灵导师，绘本大师几米的灵感来源。

● 北京师范大学心理学部教授张日昇、独立教师兼图书策划人蔡朝阳专文作序，知乎心理学话题优答者Y Wong诚意推荐。

● 杰尼雅特种纸封面，米白选色，烫金工艺，精致典雅，值得收藏。

● 湛庐文化出品。

目录: 推荐序一 日日是好日

推荐序二 河合隼雄: 唤起内心最真实的自我

第一部分 心灵的风景

荒唐人生

修复的困难

佛像的姿势

好人“忧郁”

心灵的风景

出云之旅

我爱你

蛹内蛹外

保存与破坏

年龄加括弧

命运的和音

娃娃头老师的回忆

优点、缺点

心和身体

模模糊糊的古语

第二部分 忍耐的评价

“开开心心”的毛病

中老年人的自杀

超·老龄期的“幸福”

忍耐的评价

中辍生的多样化

传达真相

从死的观点来看

原则和真心

幸福和安心

事实与故事

红叶

某种类似

友情

“我”的发现

心中的配角

第三部分 创造的退步

夫妇

故事的复活

脸

甘冒风险

宗教处方笺

“紧张”心理

嫉妒

创造的退步

摄言障碍

火锅感觉

心波感应

好朋友吵架

不可能发生的事

家庭震灾

往涅槃的路程

第四部分 生活中的神

个人主义
囹圄
防止烧光法
对谈的准备
生活中的神
读书之旅
耍诈
打破框架
无名孩子
知道金钱
恋爱今昔
感动和疑问
CEO
练习告别
顺流撑船
第四部分 家庭交响曲
腐败
水清
逞威风
健康游老人
现场主义
作战
拧
天和地
选择
家庭交响曲
祈祷
怪毛病
学老
任性
看星星
后记
译者后记 河合隼雄:最知心的贵人
· · · · · (收起)

[心的栖止木_下载链接1](#)

标签

河合隼雄

心理学

心灵疗愈

日本

焦虑

湛庐文化

认知心理学

自我

评论

这本和《心灵晴雨表》是一起看的，感觉这一本更有内容。
心理学不是多么高深的学问，也不是说只有当心理出现问题的时候才想着求助心理学。
心理学是教会人们如何才能生活得更好的学问，书中有许多小故事，受益匪浅。
在教育中，我们总是容易犯自以为是的错误，正如《开开心心的毛病》那篇讲到的故事。
不是所有的好心都能办好事，尊重孩子才是对孩子最大的善意。
不要总是一厢情愿地把一些东西强加给别人，在教育孩子时如此，在婚姻中也是这样。

1、我的愿望和能量过于强烈，反而让学生的成长力很萎缩。修补的一方不能比被修补的一方强。#修复的困难#
2、老师这样邀请他，小S只好心不甘情不愿地跟其他孩子一起，让老师牵起手一起唱歌。据说，那一刻的遗憾，到长大成人之后都没有忘记。动不动就要“大家一起”，也是一种近乎病态的习性。#开开心心的毛病#
3、吉本芭芭娜的《羽衣》：“故乡的人睡觉时，梦中的河流也紧紧陪伴在旁边，当他们的人生之路走向各方时，心中的背景一直是那条故乡的河。”在这样的故乡，萤恋爱了。那恋爱，有种说不出的温柔和透明感贯穿其间。#恋爱今昔#
4、对于孩子的疑问，大人应该采取开放的态度对待。如果能让孩子所发出的疑问继续发展下去的话，我想或许可以提高他们的创造性。

是过来人的轻描淡写，但是对我来说有点太轻太淡了...

谈到了“任性”、“嫉妒”、“能量”以及“蛹”一般的青春期。

像随笔，太零散

河合先生这样的人出任日本的文化部部长，真是国民的福气。从个体和民族文化的深层次因素解读社会问题，比很多空谈理论的学者强太多了。

133/2018 河合隼雄娓娓道来和你谈心

河合先生的随笔集；还是娓娓道来的亲切口吻

有感悟有推荐书等等，像日常大杂烩

临床心理学是实实在在地帮助别人解决"心"上的问题，看到作者说
"没能力的才去学临床"
那段，还有，他乐观的师弟因为临床不受重视等等原因而自杀…人总是不了解最亲密的人的想法，哎……

虽然作者很有名，但是这本文章合集翻翻就可以，不值得买。

整体略水，但有一半的篇章都有闪光金句。是个值得阅读的大师。

水清，鱼不栖。水清则月宿。夏目漱石《草枕》中的“情海中撑船随波逐流”。

坐在圖書館舒服的椅子上，吹著微風曬著夕陽把它看完啦~沒有很驚艷，但讀著有一種平和喜悅的感覺~

很多时候，河合隼雄并没有就什么问题给出什么绝对的答案，而只是从一个长者的角度，将自己的亲身体验和感受娓娓道来。与其说他对人生给出建议，不如说是在诉说人生故事，故事里出现的则是一些有趣的悖论。

书中有许多不同于常人的观点，让人心平气和的感到有道理

因为疫情在家，看看书，挺好的。
简单平实，心安理得，说的是文风，也是传递来的共识性时刻。
喜欢书中的描述，竹本住大夫的《说文乐的心》“关西腔原原本本地传达过来”，本书也是这样一本用心书写，“说心事”的文章集合。

把冲动压制下来忍耐着，我们来试着思考一下忍耐。

一个人生导师，就人生问题，为你答疑解惑，娓娓道来，让人如沐春风，暂忘人生的焦虑。

“治愈”人生难以解开的心结，给你心灵的指引，放慢脚步，找到属于自己的宁静之所。有许多不同常人的观点，但却让人心平气和地感到却有道理。它让我们远离喧嚣，静静地沉淀内心的杂陈，为了更远的旅行。

[心的栖止木_下载链接1](#)

书评

不过相比《心理治疗之路》很高密度的可堪品味之处，这本书，几十篇文章，就只有两三篇小文的视觉，有所感触。好像买了一张几十首歌的专辑，只有一两首歌自己喜欢。可能是因为都是为报刊写的小豆腐文的缘故吧，还有就是作者当时已经在做“文化大臣”的行政官职，所以希望...

打算将先生的书拿出来全部重读一次，而这本小品式的集子最适合在路途的车里打发时间。
颠簸的行程，嘈杂的车厢，不断神色匆匆的人，还有落在书页上斑驳的光影。我总是读不了几行，就要停下来。每一次都想，写这些字的先生已经不在，实在遗憾。
因为这样，所以其他所有和先...

河合隼雄，译者担心国内人太不熟识，估价是鉴于营销，才在开篇用村上春树来介绍河合隼雄。
但是，河合隼雄在心理学界，尤其是荣格心理学派的名声之大，丝毫不需要村上春树来衬托。这本书，是作者的随笔，看似波澜不惊的小故事，类似于日记的叙事，其实包...

河合隼雄的文字朴实而伟大，简单却发人深省，好看又充满睿智，亲切平易，如话家常，处处可见长者的智慧。
读着读着你会感觉到，很有味道，很细腻，很真挚，人生所有的大道理，全都在这些小事里。用很平和的语言，
向你表述小感动，小欣喜。你是不是也偶尔会感到忧伤，会不会...

这本书算是随笔吧，主要是教人向善。但是翻译太成问题了，语句不通，前后不连贯，遗憾。
这本书算是随笔吧，主要是教人向善。但是翻译太成问题了，语句不通，前后不连贯，遗憾。
这本书算是随笔吧，主要是教人向善。但是翻译太成问题了，语句不通，前后不连贯，遗憾。

去年看了河合的很多书，他在临床工作手记中说到听久了病人的倾诉，积累了太多的负面能量以后，有时候作为心理医生的自己，简直也需要有个心理医生借以倾倒一下内心积累的心理垃圾。
这半年多来，我被谈话多次，被迫听了很多关于身边同事的故事，这些故事听起来匪夷所思，简直彻...

[心的栖止木_下载链接1](#)